

Dagelijkse overweging in de 40-dagentijd – 07 maart 2026



Afbeelding: Iranian judo referee Keyvan Dehnad is in the background at the 2009 Best Judo Ippon Grand Slam Tokyo Korea World Cup. The blue Judoka is Takamasa Anai (Wikimedia Common)

Vallen en opstaan

Bij het programma van mijn basisschool hoorden ook enkele lessen Judo. Ik was teleurgesteld dat we de eerste uren vooral leerden hoe we goed konden vallen. Ik wilde toen vooral leren om anderen tot val te brengen. Maar dat kwam pas later aan de orde.

Nu, wat ouder geworden, ben ik dankbaar voor de lessen om goed te kunnen vallen. Ze zijn me op trektochten en fietstochten goed van pas gekomen. Want ook vallen moet je leren, wil je daarna zonder al te veel schade weer kunnen opstaan.

door: Stefan Bernhard